

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Alloh Yang Maha Memampukan orang-orang yang tidak berdaya adalah Dzat yang adil membagi waktu 24 jam sehari semalam kepada setiap manusia. Manusia sukses dan gagal diberi jatah waktu yang sama dalam sehari semalam untuk mewujudkan impiannya. K.H Ahmad Dahlan (dalam Malkhan, 1986) mengatakan bahwa semua makhluk mempunyai kehendak dan hajat serta maksud dan tujuan, dan jalan untuk mencapainya. Alloh telah menciptakan waktu sebagai kesempatan dan jalan untuk mencapai segala maksud dan tujuannya.

Kesuksesan dan kegagalan manusia menjalani kehidupan dunia menimbulkan kebahagiaan dan kesedihan. Mereka yang berpikir positif (*husnu zhon*) akan menganggap ujian hidup sebagai tantangan untuk memperbaiki diri, sedangkan mereka yang berpikir negatif (*su'u zhon*) akan melihat ujian hidup sebagai masalah tiada henti, bahkan mengakibatkan keputusan terhadap rahmat Ilahi. Manusia yang berhasil mengubah gangguan menjadi perbaikan, bagaikan mutiara lautan yang mahal harganya karena berkualitas tinggi.

Mutiara lautan yang mahal tersebut secara genetis terbentuk karena adanya rangsangan atau gangguan, baik dari dalam ataupun luar terhadap biota kerang mutiara. Gangguan-gangguan tersebut secara perlahan-lahan mulai dilapisi partikel kulit loka dari kerang tersebut. Proses itu akhirnya membentuk mutiara yang begitu

indah, padat, dan keras. Ada jenis mutiara yang dihargai hingga US\$ 30.000 sama dengan Rp 300 juta dengan kurs US\$ 1 = Rp 10.000 (Soesilo, 2006).

Allah memberikan banyak perumpamaan seperti mutiara, sehingga tiada ciptaannya yang sia-sia untuk diambil hikmahnya. Perjalanan hidup manusia diwarnai dengan beragam ujian bagaikan ujian terhadap kerang mutiara, hal ini merupakan bentuk tantangan perbaikan diri, sehingga jika diatur dengan pikiran yang positif (*husnu zhon*) diharapkan akan menghasilkan tindakan positif (*amal sholih*).

Agama Islam mengajarkan kepada manusia untuk selalu ber-*husnuzhon* (berpikir positif) terhadap segala sesuatu yang menimpa diri (Nurahmi, 2002). Sebuah hadits riwayat Imam Bukhory dan Imam Muslim berbunyi, “*Sungguh menakjubkan sikap seorang Mu'min yang memandang baik segala sesuatunya. Sikap ini tidak pernah dijumpai pada umat lain, kecuali pada orang Mu'min. Ketika mendapat kebaikan, dia (Mu'min) bersyukur dan itu baik untuknya. Jika mendapat kesusahan, dia (Mu'min) bersabar dan itu juga baik untuknya*”.

Perjalanan hidup manusia diwarnai dengan berbagai tantangan dan solusi. Beragam manusia menghadapi masalah dengan beragam cara, diantaranya adalah dengan menemukan solusi masalah dan memecahkannya, adapula yang menghadapi masalah dengan menambah masalah baru. Perbedaan dalam menghadapi masalah ini sangat dimungkinkan dipengaruhi oleh cara berpikir yang berbeda dalam menggunakan akal pikiran.

Manusia adalah ciptaan Alloh yang unik dibanding dengan ciptaan Alloh yang lain. Alloh memberikan seperangkat instrumen kepada manusia untuk dapat menjalani kehidupan di muka bumi. Seperangkat instrumen itu adalah indra, akal, dan sebagainya (Choliluddin, 2003). Akal pikiran sepatutnya dipergunakan untuk berpikir memecahkan masalah sehingga dapat melakukan perbaikan dan mengambil hikmah dari ujian kehidupan.

Pikiran digunakan manusia dalam menyelesaikan masalahnya dengan tujuan agar permasalahannya dapat diselesaikan. Walgito (1985) mengatakan bahwa berpikir sebagai aktivitas psikis yang intensional, artinya berpikir adalah suatu persoalan dimana dalam memecahkan suatu masalah seseorang menghubungkan satu hal dengan hal yang lain sehingga dapat memecahkannya.

Berpikir positif sebenarnya bisa dilakukan oleh setiap orang, karena setiap orang pada dasarnya menginginkan kondisi yang tentram, nyaman, senang dalam kehidupan. Masalahnya adalah tidak setiap orang berhasil mendapatkan kondisi-kondisi tersebut karena cara yang berbeda dalam menghadapi masalah, antara lain dengan berpikir negatif atau berpikir positif.

Susatyo Yuwono (dalam Tim Penulis Ber-Islam, 2011) menulis bahwa cara berpikir negatif yang menekankan kepada persepsi *stressor* sebagai sesuatu yang mengancam dan merugikan, perlu diubah menjadi berpikir positif yang menekankan kepada pengertian *stressor* sebagai sesuatu yang tidak perlu dicemaskan, bahkan individu perlu melihat adanya peluang-peluang untuk mengatasi *stressor* dan

harapan-harapan positif lainnya, saat *stressor* musibah datang menghampiri biasanya akan mudah timbul rasa kehilangan sesuatu dalam diri.

Albrecht (dalam Sufriani, 2009) mengartikan berpikir positif sebagai perhatian yang tertuju pada subyek positif dan menggunakan bahasa positif untuk membentuk dan menggunakan pikiran. Perhatian positif berarti pemusatan perhatian pada hal-hal dan pengalaman-pengalaman yang positif sedangkan bahasa positif adalah penggunaan kata-kata ataupun kalimat yang positif untuk mengekspresikan isi pikirannya. Individu yang berpikir positif akan lebih sering berbicara tentang kesuksesan daripada kegagalan, cinta daripada kebencian, kebahagiaan daripada kepedihan, persahabatan daripada permusuhan, rasa percaya diri daripada takut, kepuasan daripada ketidakpuasan, kebaikan daripada kejahatan, dan berita baik daripada yang buruk serta bagaimana memecahkan masalah.

Kemampuan berpikir positif bisa dilatih dengan mengambil hikmah dari pengalaman hidup ataupun nasihat orangtua, guru, ustadz. Seseorang sepatutnya merenungi kalimat-kalimat nasihat ataupun hikmah pengalaman hidup untuk perbaikan diri, sedangkan sebaik-baik perkataan/petunjuk adalah firman Alloh (*kalamulloh*).

“Sesungguhnya sebenar-benar perkataan adalah kitabulloh, sebaik-baik petunjuk adalah petunjuk Muhammad Shollallohu alaihi wasallam, seburuk-buruk perkara adalah yang diada-adakan (dalam agama), segala perkara yang diada-adakan adalah bid’ah, setiap bid’ah adalah sesat, dan setiap kesesatan adalah di neraka” (Shohih: Shohih Nasa’i No: 1331, Muslim II No: 467 dan Nasa’i III: 188)

Seseorang yang mempelajari Al Qur'an dan mentadabburi (merenungi) maknanya diharapkan memberikan hasil yang maksimal dalam kemampuan berpikir positif selain fungsinya sebagai ibadah. Ibadah merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk membuka pandangan seseorang akan nilai-nilai potensial dan makna hidup yang terdapat dalam diri dan sekitarnya (Rachmah, 2003). Sumber makna hidup yang paripurna, universal dan mutlak yaitu Alloh dan agama sebagai perwujudan kehendak-Nya. Nilai-nilai agama yang dipahami dan diwujudkan dalam perbuatan sehari-hari akan lebih mudah untuk sampai kepada penghayatan paripurna (Baidun, 2002)

“Dan Aku tiada menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku” (Adz Dzaariyaat: 56).

Salah satu motto umat Islam adalah *“Hidup untuk ibadah”*. Ibadah dalam Islam sangatlah luas seperti mentauhidkan Alloh, menuntut ilmu syar’i, berbakti kepada orangtua, mengamalkan *sunnah* menikah untuk membentuk keluarga sakinah, mendidik anak dan istri dengan keteladanan, membantu suami dalam urusan dunia dan akhirat, bersyukur dan bersabar menjalani kehidupan, berjihad menjemput *rizqi* yang halal di tengah tawaran *rizqi* haram dan *syubhat*, mentaati pemimpin dalam perkara *ma’ruf* (kebaikan), memimpin dengan adil, berakhlak yang mulia, menutupi aib sesama muslim, menasihati dengan santun, tidak mengkritik di depan umum, mengingkari kemungkaran dengan hikmah, mencintai Alloh dan Rosul-Nya dengan metode *ikhlas* dan *ittiba’ assunnah*, serta mentadabburi Al Qur’an.

Tadabbur Al Qur'an adalah perenungan makna ayat-ayat Al Qur'an (Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1989). Tadabbur Al Qur'an adalah salah satu bentuk ibadah dalam Islam yang memancing kemampuan berpikir positif seseorang, karena Al Qur'an berisi petunjuk kehidupan bahagia di dunia dan di akhirat. Orang-orang yang mentadabburi Al Qur'an disebut Mutadabbirin.

Sebuah penelitian (Sufriani, 2009) menunjukkan bahwa keterampilan membaca dan menghayati/merenungi makna ayat dalam Al Qur'an mempunyai pengaruh positif yang signifikan terhadap kemampuan berpikir positif pada narapidana. Narapidana yang mengikuti pelatihan keterampilan membaca dan menghayati/merenungi makna ayat di dalam Al Qur'an memiliki kemampuan berpikir positif yang lebih tinggi daripada narapidana yang tidak mengikuti pelatihan keterampilan membaca dan menghayati makna ayat dalam Al Qur'an.

Peneliti berusaha melakukan pertanyaan lanjutan tentang *“Bagaimana kalau penelitian tidak membandingkan antara orang yang menghayati Al Qur'an dengan orang yang tidak menghayati Al Qur'an, tetapi memfokuskan diri pada orang-orang yang menghayati Al Qur'an saja?”*, *“Benarkah orang yang menghayati Al Qur'an memiliki kemampuan berpikir positif yang lebih tinggi?”*, *“Adakah orang yang menghayati Al Qur'an tetapi memiliki kemampuan berpikir positif yang rendah?”*, *“Apa yang menyebabkan seseorang yang mentadabburi Al Qur'an tetapi memiliki kemampuan berpikir positif yang beragam?”*.

Peneliti berusaha memfokuskan pada orang-orang yang sengaja mempelajari Al Qur'an di Lembaga Pendidikan Islam dan Bahasa Arab tetapi memiliki kemampuan berpikir positif dengan tingkat beragam, serta tidak membandingkan antara narapidana yang menghayati Al Qur'an dan narapidana yang tidak menghayati Al Qur'an seperti penelitian eksperimen yang dilakukan Sufriani, dimana Lembaga Pemasyarakatan bukanlah lembaga yang sengaja didirikan dengan tujuan untuk memfokuskan perenungan makna Al Qur'an, tetapi didirikan untuk bimbingan dan pembinaan bagi narapidana secara umum.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis ingin mengajukan permasalahan yaitu bagaimana kemampuan berpikir positif Mutadabbirin Al Qur'an khususnya yang berada di lingkungan Lembaga Pendidikan Al Qur'an dan Bahasa Arab? Penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Kemampuan Berpikir Positif Mutadabbirin Al Qur'an".

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dinamika berpikir positif Mutadabbirin Al Qur'an.

C. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak seperti di bawah ini:

1. Subyek penelitian dan individu lain, dapat memberi masukan mengenai adanya manfaat dari perenungan makna ayat-ayat Al Qur'an terhadap kemampuan berpikir positif, sehingga individu mampu menghadapi dinamika kehidupan dengan berpikir positif.
2. Bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan psikologi umum pada khususnya, juga sebagai referensi dalam upaya menambah wawasan mengenai psikologi umum terutama berkaitan tentang kemampuan berpikir positif
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai masukan dan acuan, serta dapat menjadi rujukan dalam penelitian selanjutnya